

УДК 378.14:796.81

**ФОРМИРОВАНИЕ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ  
У СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ**

**FORMATION OF MORAL AND VOLITIONAL QUALITIES  
AT STUDENTS WHO ARE ENGAGED IN FREE-STYLE WRESTLING**

**С. В. Игнатъев**

**S. V. Ignatyev**

*ФГБОУ ВПО «Чувашский государственный педагогический  
университет им. И. Я. Яковлева», г. Чебоксары*

**Аннотация.** В статье раскрываются педагогические условия формирования морально-волевых качеств у студентов, занимающихся вольной борьбой.

**Abstract.** The article reveals the pedagogical conditions of forming moral and volitional qualities at students who are involved in free-style wrestling.

**Ключевые слова:** *студенты, вольная борьба, морально-волевые качества, формирование.*

**Keywords:** *students, free-style wrestling, moral and volitional qualities, formation.*

**Актуальность исследуемой проблемы.** Проблема воли является одной из важных в психологии человека. Воля – это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности при преодолении внешних и внутренних трудностей, совершении целенаправленных действий и поступков. Психологическая сущность воли и волевых действий наиболее точно раскрыта И. М. Сеченовым. Он отмечал, что «воля не есть какой-то безличный агент, распоряжающийся только движением, – это деятельная сторона разума и морального чувства, управляющая движением во имя того или другого и часто наперекор даже чувству самосохранения» [3, 255–256]. В реальной жизни воля тесно связана с моралью, нравственностью, соблюдением норм поведения. Мораль (лат. *moralis*) – это совокупность принципов и норм поведения людей по отношению друг к другу и обществу [1]. Мораль «регулирует поведение человека во всех сферах общественной жизни, поддерживая и санкционируя определенные общественные устои, строй жизни, общение (или, напротив, требуя их изменения)» [5].

В словаре по этике нравственность определяется как «сфера нравственной свободы личности, когда общечеловеческие и общественные требования совпадают с внутренними мотивами, с областью творчества человека, желанием творить добро» [4, 224]. Нравственность играет для человека незаменимую роль «компаса» поведения, позволяющего ему ориентироваться в общественной жизни. Через систему норм, оценок, идеалов она регулирует сознание людей [5, 63].

Основными морально-волевыми качествами личности являются настойчивость и упорство, решительность и смелость, инициативность и самостоятельность, выдержка и самообладание и др. [2]. Как показывает анализ поведения студентов в различных ситуациях, часть из них не обладает достаточно сформированными морально-волевыми качествами. В связи с этим мы поставили перед собой цель исследовать оптимальные пути формирования морально-волевых качеств у студентов, занимающихся в спортивной секции вольной борьбы. Мы предположили, что формирование нравственно-волевых качеств у студентов будет эффективным при реализации таких педагогических условий, как организация воспитательной работы с учетом данных мониторинга уровня развития морально-волевых качеств, планирование учебно-тренировочного процесса на перспективу, внедрение авторской программы «Нравственность», осуществление индивидуального подхода к студентам.

**Материал и методика исследований.** Теоретико-методологическую основу исследования составили философские идеи педагогической антропологии о человеке и его воспитании, о диалектике единства его психической и физической активности, идеи системного, личностно ориентированного подходов к воспитанию и др.

Формирование морально-волевых качеств у студентов осуществлялось с опорой на принципы научности, наглядности, доступности, систематичности, учета их возрастных особенностей. Методами исследования были: анализ психолого-педагогической, спортивной, медицинской литературы, обобщение педагогического опыта; мониторинг уровня морально-волевой подготовленности студентов; беседы, метод обобщенных независимых характеристик, социометрия (ранжирование, шкалирование); эксперимент.

**Результаты исследований и их обсуждение.** Экспериментальная работа по формированию морально-волевых качеств у студентов проводилась в 2010–2012 гг. в спортивной секции вольной борьбы ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, где занимались 16 студентов различных факультетов.

В ходе исследования использовались следующие методики:

1) методика изучения волевой регуляции – содержит 22 вопроса, выбор из 5 ответов, каждый из которых оценивается по пятибалльной системе;

2) методика «Социальная смелость» – является фрагментом методики многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (фактор Н) и представляет собой опросник, включающий 13 вопросов. Обработка данных опроса: за ответы «а» и «в» начисляется по 2 балла, за ответ «б» – 1 балл. Учитываются ответы «да» по пунктам 1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 12, 13 и ответы «нет» по пунктам 5, 7, 9, 11. Высчитывается общая сумма баллов. Чем больше набранная сумма баллов, тем больше выражена социальная смелость;

3) тест «Самооценка силы воли» – разработан и описан Н. Н. Обозовым (1976), предназначен для характеристики проявления силы воли. Представляет собой опросник, содержащий 15 вопросов. На приведенные вопросы можно ответить «да» – 2 балла, «не знаю» или «случается» – 1 балл, «нет» – 0 баллов. Подсчитывается общая сумма набранных баллов: 0–12 баллов – сила воли слабая; 13–21 баллов – сила воли средняя; 22–30 баллов – сила воли большая;

4) методика М. И. Шиловой (1989), позволяющая диагностировать уровень развития нравственных качеств.

Исходя из данных, полученных во время проведения констатирующего эксперимента, были выделены три группы студентов, имеющих высокий, средний, низкий уровни развития нравственно-волевых качеств.

В ходе формирующего эксперимента в учебно-тренировочный процесс была внедрена авторская программа «Нравственность». Она включала усвоение студентами нравственно-волевых понятий, создание воспитывающих ситуаций, решение проблемных задач, выполнение проектов, посвященных изучению жизни и деятельности выдающихся отечественных спортсменов и т. д. На конкретных примерах раскрывалось содержание таких понятий, как патриотизм, коллективизм, ответственность, гуманность, честь и достоинство, совесть, честность. Студенты учились анализировать свое поведение в различных жизненных ситуациях, соизмерять свои действия с поступками товарищей и окружающих. Интересно прошел диспут на тему «Поступок как моральная ценность». На нем присутствовали ведущие спортсмены республики, а также психологи. На занятиях мы знакомили студентов с различными методиками изучения нравственной воспитанности учащихся (М. И. Шиловой, Н. Е. Щурковой, Н. И. Монахова и др.).

В ходе работы со студентами широко использовались методы формирования положительного опыта в разнообразной физкультурно-спортивной, общественно полезной деятельности; методы стимулирования, самовоспитания. Мы знакомили студентов с основными принципами самовоспитания:

- а) научиться владеть собой, делать то, что нужно, а не то, что хочется;
- б) совершенствоваться всегда и во всем, делать все и всегда наилучшим образом, предвидеть результаты и последствия своих действий;
- в) всегда искать причины несовершенства своей деятельности (причины ошибок, неудач, срывов и др.).

При составлении программы самовоспитания мы советовали спортсменам придерживаться следующего алгоритма работы:

1) этап планирования, мысленная настройка на тренировку (основой является план тренировочных занятий, расписанный на перспективу, недопустимо являться на тренировку, не зная характера работы);

2) разминка, идеомоторное представление тренировочной работы, наиболее сложных и опасных элементов и ситуаций (основой является анализ предыдущих занятий и имеющихся хронических проблем);

3) основная работа в режиме «мобилизация – расслабление» (основой являются полученные ранее навыки релаксации и мобилизации и личная модель соревновательного поведения);

4) заключительная часть («заминка») – снижение возбуждения ЦНС моторными упражнениями, дыханием;

5) психологический анализ проделанной работы (позитивное представление всего, что было сделано, и закрепление установки на позитивное представление предстоящей работы следующих занятий);

6) расслабление и отдых (основой являются знания психогигиены и восстановления организма человека после тренировочных нагрузок, психорегуляция, музыка, позитивное восприятие себя).

Особое внимание уделялось самостоятельным действиям спортсменов по самовоспитанию воли и контролю над своим поведением. Опыт показал, что эффективным самовоспитание становится при оказании спортсмену конкретной помощи и моральной поддержки со стороны тренера и авторитетных для спортсмена старших партнеров по спорту, а также их положительный пример.

После завершения формирующего эксперимента было проведено повторное анкетирование при помощи тех же методик, что при констатирующем эксперименте.

Как показало исследование, в ходе формирующего эксперимента у студентов повысились морально-волевые качества, такие как волевая регуляция, социальная смелость, патриотизм, коллективизм, ответственность, честность. Так, если на начальном этапе исследования высокий уровень развития ответственности имели 4 человека, средний – 10, низкий – 2, то к окончанию эксперимента низкий уровень не имел никто, средний уровень был характерен для 4 человек, высокий – для 12. Аналогичные данные были получены и по другим исследуемым нравственно-волевым качествам.

**Резюме.** В ходе проведенного эксперимента, целью которого являлся поиск оптимальных путей формирования морально-волевых качеств у студентов, занимающихся вольной борьбой, был достигнут положительный результат. Как показало исследование, наиболее успешно формирование морально-волевых качеств у студентов, занимающихся вольной борьбой, происходит при реализации таких педагогических условий, как организация воспитательной работы с учетом данных мониторинга уровня развития морально-волевых качеств, планирование учебно-тренировочного процесса на перспективу, внедрение авторской программы «Нравственность», осуществление индивидуального подхода к студентам.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Большой толковый словарь русского языка* / гл. ред. С. А. Кузнецов. – СПб. : Норинт, 2006. – 1536 с.
2. *Павлов, И. В.* Нравственное воспитание в поликультурной школе / И. В. Павлов, В. И. Павлов, И. И. Павлова. – Чебоксары : Новое время, 2009. – 674 с.
3. *Сеченов, И. М.* Избранные произведения : в 2 т. Т. 1 / И. М. Сеченов. – М. : АН СССР, 1952. – 774 с.
4. *Словарь по этике* / под ред. И. С. Кона. – 5-е изд. – М. : Политиздат, 1983. – 445 с.
5. *Философский словарь* / под ред. И. Т. Фролова. – 6-е изд. – М. : Политиздат, 1991. – 560 с.